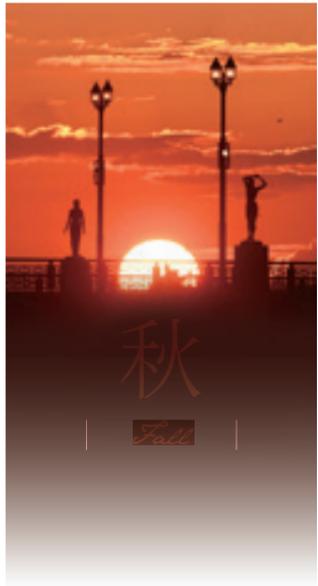
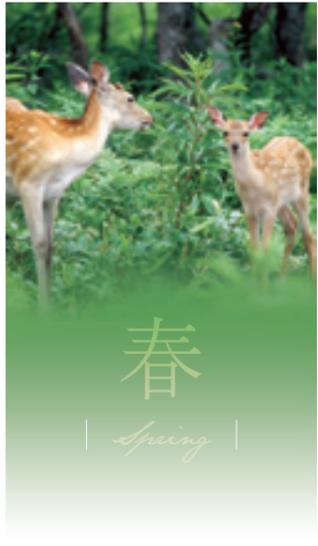


釧路という  
異国

# KUSHIRO

釧路市観光ガイドブック





色とりどりの四季



雄大な景観が織りなす



新 まだ、見ぬ 世界。KUSHIRO



マリモの眠る阿寒湖



清涼な大気を存分に——。

太古からの息づかい、阿寒原生林



Tourism in Kushiro

# 呼応する命、かけがえのない出会い。

タンチョウ | 釧路湿原 | エゾシカ | 阿寒湖



釧路市動物園



釧路市湿原展望台



阿寒国際ツルセンター



釧路市丹頂鶴自然公園

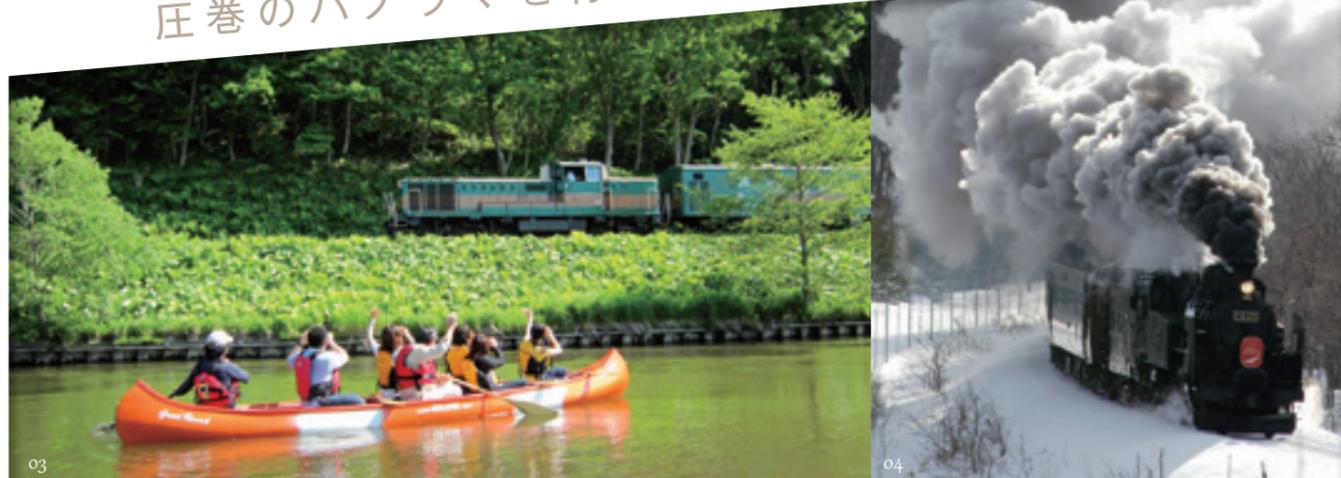


釧路市立博物館





圧巻のパノラマに行く、驚きと感動の釧路旅！



- 01 雄阿寒岳 山開き【阿寒】
- 02 桜並木【音別町】
- 03 釧路湿原ノロッコ号とカヌーでの川下り
- 04 SL冬の湿原号
- 05 わかさぎ釣り【阿寒湖】
- 06 ムックリ製作体験【阿寒】
- 07 スノーマービル【阿寒湖】
- 08 ボツゲ遊歩道【阿寒湖】
- 09 フライフィッシング【阿寒湖】



# Activity

その地に立ち、風を知ることのでられるもの。  
 自然環境や生物への関心が、遊びを通じ深まるかもしれません。  
 悠久の大自然を有する釧路の数あるアクティビティを  
 ぜひ、体感してください。

*it's a Wonderful World!*

ぜひ、遊びに来てください



## Wide Area of Kushiro



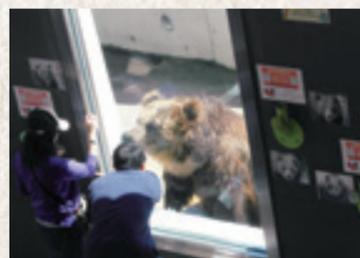
01



02



03



04



05



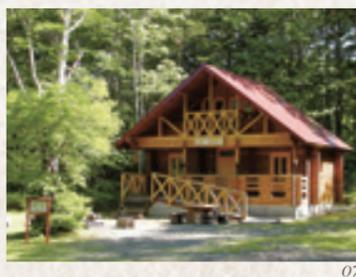
06

- 01 阿寒湖遊覧船    02 アйна古式舞踊    03 特別天然記念物 阿寒湖のマリモ  
 04 釧路市動物園    05 阿寒国際ソルセンター    06 釧路市ふれあいホースパーク  
 07 憩いの森キャンプ場    08 路紙づくり(音別町体験学習センター)

### 自動車での移動時間と距離 (JR釧路駅基点)

釧路市湿原展望台	35分/15km
釧路市動物園	40分/18km
たんちょう釧路空港	45分/20km
阿寒国際ソルセンター	60分/33km
JR音別駅	75分/45km
音別町体験学習センター「こころみ」	85分/55km
憩いの森キャンプ場	90分/60km
阿寒湖温泉	100分/71km
道の駅 しらぬか恋問(白糠町)	40分/17km
細岡展望台(釧路町)	45分/24km
鶴見台(鶴居村)	50分/27km
塘路湖(標茶町)	50分/27km
オンネトー(足寄町)	130分/90km

※記載の数値はおおよその目安です。実際に移動する場合は、道路標識等をご確認ください。



07



08

## Wide Area of Kushiro

市街地を飛び出すと新たな感動が待っています





さんまんま

釧路ザンギ



釧路そば



釧路ラーメン

釧路鉄板スパ



旬素材の自在な楽しみ方



釧路

炉ばた焼

*Kushiro × Rebata*

釧路の「美味しい魚」を一層美味しく食べさせてくれるのが、釧路が発祥と言われている「炉ばた焼」。獲れたばかりの新鮮な魚介を炭火で「ジュッ」と焼き上げる旨さ、香ばしさは格別！釧路市内には数多くの炉ばたがあり、お店のカウンターは、旬の味覚であふれています。



阿寒

アイヌ料理

*Akan × Pizza*

アイヌ料理では、その時の旬な食べ物や乾燥保存できる食材を使い、素材の味を活かした調理をします。味付けは塩と昆布ダシ程度で、余計なものを入れず化学の知恵ではなく自然の知恵を取り入れた料理です。ここ最近では、それらの伝統を守りながらも、よりメニューの幅を広げるため現代風にアレンジした、独自メニューを楽しめます。ここでしか食べられない「伝統と創作の饗宴」を是非味わってみてください！



釧路

勝手丼

*Kushiro × Kattendon*

JR釧路駅の西側に位置する「和商市場」。特に観光客の方に大人気なのが「勝手丼」です。最初に白飯を丼によそってもらい、あとは新鮮な魚介類が揃った市場の中をウロウロ。お気に入りの魚屋さんで、ウニ、イクラ、エビ、ホタテ…お好みの食材をご飯の上ののせてその場でパクリ！まさしく美味しいもの自分勝手流！勝手丼なのです。

魅了してやまない釧路の食

# 霧の街 Information

観光振興室紹介 | 長期滞在 | 観光案内

知ると訪れたいくなる釧路の深〜い魅力

リアルな情報発信中! ★イベント情報  
★地域情報

釧路市観光振興室フェイスブック



facebook

釧路市公式フェイスブック



facebook

釧路市観光振興室ツイッター



twitter

## 阿寒湖の奇跡と宝を体感!

アイヌ文化情報発信の拠点

### 阿寒湖アイヌシアター「イコロ」

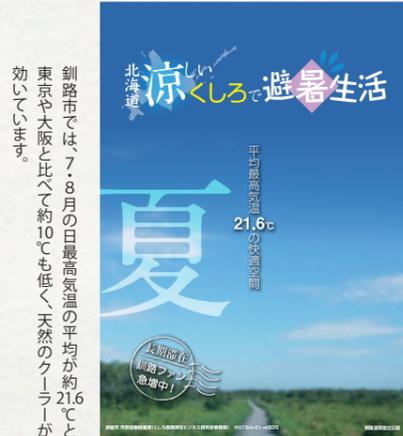
阿寒湖アイヌシアターイコロは、国内初のアイヌ民族舞踊専用劇場として平成24年にグランドオープンしました。「イコロ」はアイヌ語で宝物を意味します。阿寒湖アイヌシアターイコロでは祖先や神々に対して敬意や感謝の意味を表すために踊られる「アイヌ古式舞踊」、炎に照らされたステージで映像と共に幻想的に繰り広げられる「イオマンテの火まつり」、アイヌ民話をベースに、アレンジされたコミカルなキャラクターたちが活躍する人形劇「ちっちゃいカムイとゆっくりカムイ〜森のなかまの荒くま退治」など、ここでしか観る事のできないステージプログラムが上演されています。阿寒の自然やアイヌ文化を感じられるステージをお楽しみください。



お問合せ 阿寒アイヌ工芸協同組合 tel.0154-67-2727  
URL <http://www.akanainu.jp/>

## 体験移住「ちょっと暮らし」 実績 北海道 ナンバー1

長期滞在  
釧路ファン  
急増中!



釧路市では、7・8月の日最高気温の平均が約21.6℃と東京や大阪と比べて約10℃も低く、天然のクーラーが効いています。

平成23〜26年度北海道体験移住「ちょっと暮らし」の実績で、滞在人数、延べ滞在日数ともに4年連続1位! 気候、自然、食、都市機能を備えた釧路市でのおためし暮らしを、ぜひご体験ください。  
【くしろ長期滞在ビジネス研究会(0154)31-4538】



釧路地域には、スギノキが生育していないことから毎年話題の、花粉の飛散がありません(4月中旬からシラカバ・ハンノキ花粉の飛散があります)さらに雪が少なく、青空の日も多いです。

## 日本製紙クレインズ

北海道釧路市に本拠地を持ち、アジアリーグに所属するプロアイスホッケーチームです。チーム名の「クレインズ」は、釧路湿原を中心とした北海道東部に生息する特別天然記念物タンチョウのように、大空を優雅に力強く飛翔する姿が由来となっています。釧路を代表する強く誇り高いチームであり、市民からも期待されています。



お問合せ 日本製紙株式会社クレインズ tel.0154-51-0245  
NIPPON PAPER CRANES OFFICIAL SITE <http://www.nipponpapergroup.com/cranes/index.html>

# Festival & Events in KUSHIRO



大漁どんばく花火大会(9月)

夏の終わりを華々しく飾る釧路市最大のイベント。最大の目玉は北海道最大の三尺玉が打ち上げられる花火大会。その花火の直径は600メートルと振動する音は、まさに規格外の衝撃!!

# くしろのお祭り情報

春夏秋冬——  
粹な祭りが釧路を彩ります。

## 冬 秋 夏 春



阿寒湖水上フェスティバル

2-3月

阿寒の澄みきった夜空に上がる冬華美は、都会で見られる花火とは全く違い、まるで宝石のように夜空に美しく光り輝きます。雪だるま・イングル・ミニゲーム大会や阿寒湖の水切り体験など冬の遊が満載のイベント。



まりも祭り

10月

マリモを迎える儀式、マリモを護る儀式、マリモを送る儀式、マリモを湖へ送る儀式などアイヌ民族に伝わる伝統儀式のほか、タイマツ行進やまりも踊り、マリモ神輿などのイベントが楽しめます。



くしろ港まつり

8月

釧路の夏を彩る最大のお祭り! 「大漁ばやしパレード」・「市民踊りパレード」・「音楽パレード」の三大パレードを中心に、歩行者天国や各種イベントが催され、短い釧路の夏を全身で味わうことができます!



チューリップ&花フェア

5月

釧路の春を告げるイベント。会場となる鶴ヶ谷公園の花壇にたくさんチューリップが咲き誇り、会場を華やかに彩ります。ステージでは、各種催し物が行われ、飲食物の販売や花に関する催しなど各種出店もあります。



04



03



02



01

- 01 北のピーナス路まつり(6月)
- 02 くしろ霧フェスティバル(7月)
- 03 Oh! さかなまつり(9月)
- 04 くしろ冬まつり(2月)

まだ、まだ、あります — 釧路のイベント

# 交通・観光情報のお問い合わせ

Access



## 運行アクセス情報

### 航空便

- 東京羽田 ⇄ 釧路 (6往復)
  - 札幌千歳 ⇄ 釧路 (3往復)
  - 札幌丘珠 ⇄ 釧路 (4往復)
  - 大阪(伊丹) ⇄ 釧路 (1往復)
  - 名古屋(中部) ⇄ 釧路 (1往復)
- ※大阪(伊丹)便は7・8月運行予定  
※名古屋(中部)便は8月運行予定

### 特急列車

札幌 ⇄ 釧路 (6往復)

### 都市間バス

- 札幌 ⇄ 釧路 (9往復)
- 旭川 ⇄ 釧路 (2往復)
- 北見 ⇄ 釧路 (2往復)
- 根室 ⇄ 釧路 (2~3往復)

## 交通情報のお問い合わせ

### 航空

- ㈱AIR DO (ADO) ..... 0120-057-333
- [携帯・PHSからは] ..... 011-707-1122
- 全日本空輸(株) (ANA) ..... 0570-029-222
- 日本航空(株) (JAL) ..... 0570-025-071
- ㈱北海道エアシステム (HAC) ..... 0570-006-007

### JR

- JR釧路駅
- (総合運行情報・忘れ物) ..... 0154-24-3176

### 都市間バス

- 釧路駅バスターミナル ..... 0154-25-1223
- 北海道中央バス(株) ..... 011-231-0600
- 阿寒バス本社営業所 ..... 0154-37-8651
- くしろバス本社 ..... 0154-36-8181
- 根室交通(株) ..... 0153-24-2201
- 北海道バス(株) ..... 050-3533-0800

## 観光のお問い合わせ

- (一社) 釧路観光コンベンション協会 ..... 0154-31-1993
- 釧路市観光案内所
- JR釧路駅内 ..... 0154-22-8294
- たんちよう釧路空港内 ..... 0154-57-8304
- 幣舞観光ガイドステーション ..... 0154-22-2910
- NPO法人阿寒観光協会
- まちづくり推進機構 ..... 0154-67-3200

2016.06

# Calendar KUSHIRO

※おおよその目安です。詳細はご確認ください。

区分・名称	月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月		
気象情報	平均最高気温(°C)	-0.6	-0.4	2.7	7.7	12.0	15.2	18.6	21.2	19.7	14.8	8.7	2.5	観測点～釧路市	
	平均最低気温(°C)	-10.4	-9.9	-4.9	0.3	5.0	9.0	12.8	15.5	12.3	5.5	-0.8	-7.1	※1981～2010年の30年平均値	
	平均降水量(mm)	43.2	22.6	58.2	75.8	111.9	107.7	127.7	130.8	155.6	94.6	64	50.8	引用：気象庁気象統計情報資料	
	日の出時刻	6:53	6:38	5:58	5:04	4:16	3:46	3:47	4:13	4:46	5:19	5:56	6:33	基準日は各月1日	
	日の入時刻	15:58	16:34	17:12	17:49	18:24	18:55	19:06	18:44	17:58	17:04	16:15	15:49		
食(海産物)	アキアジ(シロザケ)													秋の味覚の代表格	
	あさり													酒蒸しは地酒にピッタリ	
	イカ													釧路沿岸の漁火は風物詩	
	ウニ														
	カレイ													一夜干しがおすすめ	
	キチジ(メンメ)													炉端焼きのエース	
	毛ガニ													釧路沿岸のカニの代表選手	
	昆布							・6月の昆布は棹前昆布という							釧路の昆布は万能昆布
	サバ														産地ならではの脂ノリ
	サンマ														生・焼・煮のどれでもよし
	ししゃも														全国でも有数の水揚げ量
	スケトウダラ														タラコ、かまぼこの原料
	タコ														正月には欠かせない食材
	ツブ														
	トキシラス(シロザケ)														定置網で獲られたものは高級品
	ナンバンエビ														
	ハタハタ														
	ホッキ貝														
ホッケ														炉端での定番魚	
マダラ														タラコがおすすめ	
メヌケ															
食(農産物)	いちご	・通年栽培												「丹頂いちご」がブランド	
	かぼちゃ														
	キャベツ														
	ごぼう														
	スイートコーン													「とうきび」が愛称	
	大根													全国でも有数の産地	
	トマト														
	人参														
	白菜														
	ブロッコリー														
ほうれん草														釧路地方を代表する野菜	
レタス															
観(自然・施設)	阿寒国際ツルセンター	・年中無休(タンチョウへの給餌は11/1～3/31)													
	釧路市湿原展望台	・12/31～1/3は休館													
	釧路市丹頂鶴自然公園	・12/31～1/3は休館													
	釧路湿原	・1月～2月は白銀の湿原、6月～9月は緑の湿原が楽しめる													
	釧路市動物園	・12/29～1/2及び12月～2月の毎週水曜日(クリスマスイブと祝日除く)は休館													
	釧路市立博物館	・毎週月曜日、11/4～3/31までの国民の祝日及び12/31～1/5は休館													
	太平洋炭礦炭鉱展示館	・毎週水曜日及び年末年始は休館													
	マリントボス														
	港文館	・毎週月曜日及び12/31～1/5は休館													
	夕日	・幣舞橋とのコラボは3月と9月													
観(動物)	アオサギ														
	エゾシカ														
	エゾシマリス														
	エゾリス														
	オオワシ	・阿寒国際ツルセンターでタンチョウとともに観察できる													
	オジロワシ	・阿寒国際ツルセンターでタンチョウとともに観察できる													
	キタキツネ														
	シマフクロウ	・釧路市動物園で観察できる													
	タンチョウ	・夏は施設、冬は給餌場で見学できる													
	SL冬の湿原号	・お問い合わせは釧路駅へ													
遊	カヌー	・通年で体験できる 冬期は十分な耐寒対策を													
	湿原散策	・冬期閉鎖の箇所もあり													
	湿原ノロッコ号	・お問い合わせは釧路駅へ													
	乗馬(ホースパーク)	・毎週水曜日(祝祭日の場合は翌日)は休園													
	スキー・スノーボード														
	登山	・雄阿寒岳、雌阿寒岳は「日本百名山」													
	フィッシング	・遊魚規則を守って楽しみましょう													
	わかざぎ釣り	・遊魚規則を守って楽しみましょう													

発行／釧路市観光振興室 | 釧路市黒金町7丁目5番地 | tel.0154-31-4549



web : <http://kankou.city.kushiro.hokkaido.jp>

